

La influenza (“Gripe”) y vacuna contra la Influenza

❑ ¿QUÉ ES?

- ✓ La Influenza (o “la gripe”) es una enfermedad común, muy contagiosa y a menudo una enfermedad respiratoria grave causada por un virus. La influenza no se debe confundir con otras enfermedades menos serias que algunas personas también llaman “la gripe” (por ejemplo, no hay ninguna “gripe del estómago”).
- ✓ Para los niños y adultos saludables, la influenza es típicamente una enfermedad moderadamente grave que ocasiona que falten al trabajo o la escuela y tengan que acudir a un proveedor de atención a la salud.
- ✓ Para ciertas personas, incluyendo a los niños muy jóvenes, las mujeres embarazadas, las personas mayores y las personas con problemas de salud crónicos, tales como diabetes, asma y problemas del corazón o del pulmón, la influenza puede ser muy grave y puede conducir a hospitalizaciones y en algunos casos la muerte.

❑ ¿CÓMO SE PROPAGA LA GRIPE?

- ✓ La gripe se propaga a través de gotitas de la boca y nariz (secreciones respiratorias) cuando una persona infectada tose, estornuda o habla.
- ✓ La gripe se puede propagar también cuando las personas se tocan la nariz, la boca o los ojos después de haber tocado objetos o superficies que se han contaminado con gotitas de la boca y nariz de alguien con influenza.

❑ ¿CUÁLES SON LOS SÍNTOMAS DE LA GRIPE?

- ✓ Los síntomas incluyen:
 - Ataque repentino de fiebre, escalofríos, dolor de cabeza, dolores musculares, debilidad y pérdida del apetito.
 - La fiebre puede ser tan alta como 104° F y normalmente dura dos o tres días.
 - Pueden ocurrir dolor de garganta, tos, náuseas y ardor en los ojos.
 - Las personas con gripe pueden continuar sintiéndose débiles y enfermos durante varios días.

- Las complicaciones comunes incluyen deshidratación, pulmonía y empeoramiento de otros problemas médicos crónicos.
- La mayoría de las personas se siente bien dentro de una semana o dos sin tratamiento especial.

❑ ¿CÓMO PUEDO PREVENIR LA GRIPE?

La mejor manera de prevenir la gripe es hacerse vacunar cada otoño. Hay dos tipos de vacuna contra la gripe:

- ✓ La “**inyección para la gripe**” contiene virus de gripe muertos y se administra mediante una inyección en el músculo. La inyección para la gripe se puede usar para todas las personas mayores de 6 meses de edad.
- ✓ La **vacuna de la gripe con rocío nasal** (o LAIV, para Live Attenuated Influenza Vaccine – Vacuna de Influenza Viva Atenuada) se hace con virus vivos de gripe debilitados que no causan la gripe. LAIV se puede usar para las personas saludables de 5 a 49 años de edad que no están embarazadas.
- ✓ Ambas vacunas están designadas para proteger contra tres virus de influenza que circulan cada año
- ✓ Las vacunas para la gripe se cambian cada año, ya que los virus de la gripe cambian cada año y pueden infectar a las personas aún cuando ellas hayan tenido la gripe anteriormente.

❑ ¿QUIÉN SE DEBE HACER VACUNAR CONTRA LA GRIPE?

Las recomendaciones pueden cambiar dependiendo del suministro de la vacuna disponible, pero típicamente incluye a los grupos siguientes:

Las personas con riesgo mayor para influenza grave:

- ✓ Las personas de 65 años de edad y mayores.
- ✓ Los niños de 6 a 23 meses de edad.
- ✓ Los residentes de los hogares de convalecencia y otros establecimientos de atención crónica.

- ✓ Los adultos y niños que tienen desórdenes crónicos de los sistemas pulmonar o cardiovascular, incluyendo el asma.
- ✓ Las personas de 2 años y mayores con problemas de salud a largo plazo, tales como enfermedad del corazón, enfermedad pulmonar (incluyendo el asma), enfermedad renal y enfermedad metabólica, como la diabetes o un sistema inmunológico debilitado (debido a VIH/SIDA u otra enfermedad que afecta el sistema inmunológico, tratamiento con esteroides a largo plazo y tratamiento del cáncer con radiación o medicamentos).
- ✓ Los niños y los adolescentes (de 6 meses a 18 años de edad) que están en terapia de aspirina a largo plazo.
- ✓ Las mujeres en cualquier fase del embarazo durante la estación de la influenza.
- ✓ Las personas con otras condiciones médicas para las que el Centro para el Control de Enfermedades y el Comité Asesor de Prevención en Prácticas de Inmunización (ACIP) recomienda la vacuna de la influenza.

❑ **¿QUIÉNES MÁS SE DEBEN HACER VACUNAR CONTRA LA GRIPE?**

Las siguientes personas se deben hacer vacunar para prevenir propagar la gripe a otros en riesgo aumentado para influenza grave:

- ✓ Los médicos, enfermeras y otros profesionales de atención a la salud en contacto directo con el paciente.
- ✓ Contactos en el hogar de personas en los grupos de alto riesgo, incluyendo contactos en el hogar de proveedores de cuidado fuera del hogar de niños menores de 6 meses de edad.
- ✓ Cuando hay suficiente vacuna disponible, se pueden vacunar a personas que no están en un grupo de riesgo alto que deseen evitar contagiarse con la influenza - pregunte a su proveedor de atención a la salud acerca de hacerse vacunar contra la gripe.

❑ **¿QUÉ EFECTOS SECUNDARIOS TIENE LA VACUNA?**

- ✓ Las vacunas contra la gripe no causan la gripe (este es un mito común).
- ✓ La mayoría de las personas tiene una pequeña o ninguna reacción (efectos secundarios) de las vacunas de la gripe. Los efectos secundarios dependen del tipo de vacuna contra la gripe que hayan recibido – inyección o LAIV.

- ✓ **La inyección contra la gripe:** Los virus en la inyección contra la gripe están muertos (inactivados), de manera que usted no se puede contagiar gripe de una inyección contra la gripe.
- ✓ Los efectos secundarios no agudos que podrían ocurrir de la inyección contra la gripe son: dolor, rojez o hinchazón en el lugar de la inyección y fiebre y dolores moderados.
- ✓ **LAIV:** Los virus en la vacuna de rocío nasal están debilitados pero vivos y pueden causar síntomas similares a un resfrío moderado en algunas personas mientras ellos trabajan (especialmente la primera vez que reciben la vacuna). En los niños, los efectos secundarios pueden incluir: catarro, dolor de cabeza, vómitos, dolor muscular y fiebre. En los adultos, los efectos secundarios pueden incluir: catarro, dolor de cabeza, dolor de garganta y tos.
- ✓ En ocasiones raras, la vacuna contra la gripe puede causar problemas serios, como reacciones alérgicas severas, sobre todo en las personas que tienen alergias serias a los huevos.

❑ **OTRAS MANERAS EN LAS QUE SE PUEDE TRATAR LA GRIPE Y SUS COMPLICACIONES**

- ✓ Las drogas antivirales pueden ser útiles en algunos casos para prevenir y/o tratar la gripe. Estas drogas deben ser prescritas por un proveedor de atención a la salud.
- ✓ Para la gripe sin complicaciones, será de ayuda beber líquidos abundantemente y tener mucho descanso.
- ✓ Los antibióticos no tienen efecto contra la influenza u otros virus y no se recomiendan para el tratamiento de la gripe.

- ❑ **Mayor información sobre la influenza y vacunas de la gripe, incluyendo las recomendaciones completas de CDC-ACIP para vacunas contra la influenza se encuentra disponible en www.cdc.gov/flu**

Informe todos los casos a Salud Pública inmediatamente llamando al (206) 296-4774.